

Dziecko leworęczne

- zasady postępowania i program ćwiczeń stymulująco – korekcyjnych



Dzieci leworęczne mają w pierwszym etapie nauki więcej trudności w opanowaniu umiejętności pisania niż dzieci praworęczne, nawet jeśli z leworęcznością nie współwystępują żadne inne zaburzenia.

Dzieje się tak, ponieważ naturalnym kierunkiem pisania dla tych dzieci byłoby pisanie od strony prawej ku lewej. Zgodnie z tą tendencją wiele z nich w okresie przygotowawczym rysuje szlaczki, zaczynając od prawej krawędzi kartki papieru, a linie poziome kreśli od prawej do lewej strony. Z chwilą podjęcia pierwszych prób pisania ta preferencja kierunku ruchu natychmiast daje o sobie znać.

Dzieci leworęczne zaczynają pisać wyrazy od prawej do lewej strony, czy tzw. pismem zwierciadlanym. W zeszycie piszą często od prawego brzegu. Zwykle ustępuje to w klasie pierwszej. Jeśli jednak symptomy takie utrzymują się dłużej, pismo lustrzane jest już przejawem zaburzeń.

Trudnym zadaniem dla dziecka leworęcznego w pierwszym okresie pisania jest właściwe ułożenie ręki i zeszytu podczas pisania. Często są one niepoprawne.

Występuje tu szereg problemów technicznych, takich jak zasłanianie przepisywanego tekstu, silne wygięcie ręki w stawie nadgarstkowym, a przez to szybkie męczenie ręki czy wręcz ból, wolne tempo pisania, niski poziom graficzny pisma (dysgrafia), litery nierówne, niekształtne, źle połączone ze sobą, pismo nieczytelne.

Większość dzieci leworęcznych potrafi uporać się z tymi problemami do końca klasy I–ej, szczególnie, gdy nauczyciele rozumieją ich problemy i umieją im pomóc.

Niekiedy jednak trudności te mogą przetrwać, utrzymując się w dalszych klasach i prowadząc do niepowodzeń szkolnych.

Konsekwencje o charakterze wtórnym to: zaburzenia emocjonalne, trudności wychowawcze, niekorzystne zmiany osobowości, pojawienie się zaburzeń nerwicowych (tzw. fobia szkolna).

Nieprawidłowa lateralizacja często współwystępuje z zaburzeniami rozwoju funkcji percepcyjnych, obniżeniem sprawności motoryki rąk i nieprawidłowym wykształceniem się orientacji w schemacie ciała i przestrzeni. W tych przypadkach zazwyczaj występują trudności w czytaniu (dysleksja) i/lub w pisaniu (dysgrafia).

Leworęczności nie traktujemy jako stanu patologii, musimy jednak wziąć pod uwagę, że dziecko

leworęczne ma początkowo trudności techniczne z opanowaniem umiejętności pisania z powodu trudności w przystosowaniu się do struktury i dynamiki pisma.

Najbardziej intensywnej pomocy powinno się udzielić dziecku leworęcznemu w klasie „0” i na początku klasy I –ej.

A. Najważniejsze zasady postępowania z dzieckiem leworęcznym wg metody dobrego startu

M. Bogdanowicz

1. Właściwa postawa wobec leworęczności.

Nie jest wskazane ani nadmierne ochranianie tych dzieci, ani stawianie im wysokich wymagań. Ważne jest stworzenie właściwej atmosfery wokół dziecka, co zapobiega wytworzeniu się aury wyjątkowości czy odmienności, która powoduje, że dziecko czuje się „nieudane”, gorsze od innych lub „na specjalnych prawach”. Każdy z tych przypadków może spowodować, że stanie się ono wyobcowane ze środowiska kolegów.

2. Wczesna diagnoza leworęcznego dziecka.

Konieczna jest obserwacja w wieku poniemowlęcym i przedszkolnym oraz badanie diagnostyczne w 5–6 roku życia obejmujące ocenę lateralizacji, motoryki rąk, orientacji w schemacie ciała i przestrzeni. Diagnoza zmierza także do poznania postawy dziecka wobec własnej leworęczności.

3. Trafna decyzja, co do dalszego postępowania z dzieckiem leworęcznym.

Nie jest prawdą, że wszystkie dzieci leworęczne powinny być przeuczane, ani też, że wszystkie wykazujące tendencję do posługiwania się lewą ręką powinny być przy tej ręce pozostawione. Decyzja w sprawie wyboru ręki, którą dziecko powinno pisać jest kwestią indywidualną i powinna być podejmowana w odniesieniu do konkretnego dziecka. Dziecko powinno mieć decydujący głos w sprawie wyboru ręki, którą będzie pisało. Postawa dziecka wobec własnej leworęczności jest w świetle aktualnych poglądów najważniejszym kryterium przy podejmowaniu decyzji o pozostawieniu go przy lewej ręce bądź o podjęciu ew. prób przeuczania na rękę prawą.

Psycholog i pedagog są jedynie doradcami w rozwiązywaniu tych problemów.

4. Prawidłowa postawa ciała dziecka leworęcznego podczas pisania.

- dziecko powinno mieć obie stopy oparte o podłogę, a przedramiona o stół, plecy zaś wyprostowane tak, aby centralna oś ciała (linia kręgosłupa) była pionowa. Głowa i górna część tułowia nie powinny odchyłać się od tej osi.
- dziecko leworęczne siedząc w szkolnej ławce powinno mieć sąsiada po swojej prawej stronie, lewa ręka powinna mieć swobodę ruchów.
- światło powinno padać na zeszyt z przodu lub od strony prawej. W klasie najlepiej posadzić takie

dziecko w środkowym rzędzie, gdzie światło jest najbardziej rozproszone i nie daje zbyt widocznego cienia.

5. Właściwe położenie zeszytu.

- zeszyt w czasie pisania powinien znajdować się w pewnej odległości od ciała piszącego dziecka, a tym samym od dolnego brzegu ławki. Umożliwia to oparcie całego przedramienia lewej ręki.
- zeszyt powinien być ułożony na ławce ukośnie, nachylony w prawą stronę (odwrotnie niż u praworęcznych). Lewy górny róg zeszytu jest skierowany ku górze, prawy górny – ku dołowi. Dziecko powinno dowolnie regulować kąt nachylenia zeszytu, nawet tak dalece, że może on znajdować się w położeniu niemal pionowym do krawędzi ławki. Pozwala to śledzić w sposób ciągły zapis i nie zamazywać tekstu. Umożliwia również kontrolowanie wzrokiem czynności pisania.
- zeszyt powinien znajdować się nieco na lewo od osi ciała leworęcznego dziecka. Zapewnia to swobodę ruchu piszącej lewej ręce, przesuwa się ona płynnym ruchem od strony lewej ku osi ciała.

6. Prawidłowy sposób trzymania pióra.

- najlepiej, gdy dziecko pisze piórem bardzo dobrej jakości ew. dobrym długopisem. Niektórym dzieciom z dużymi problemami można wydłużyć okres posługiwania się ołówkiem.
- ważny jest poprawny uchwyt ołówka/pióra w dłoni, który polega na tym, że dziecko trzyma ołówek czy pióro w trzech palcach: pomiędzy kciukiem i lekko zgiętym palcem wskazującym, opierając go na palcu środkowym. Dość często spotykany niewłaściwy sposób trzymania pióra może wynikać stąd, że dziecku nikt nie pokazał, jak ma się nim posługiwać. Odstępstwa od prawidłowego modelu trzymania pióra mogą niekorzystnie wpływać na jakość graficzną pisma i jego szybkość.

7. Prawidłowy układ dłoni, nadgarstka i przedramienia.

- brzeg dłoni, nadgarstek i przedramię opierają się cały czas o stół i zeszyt, na którym dziecko pisze i przesuują się podczas pisania,
- koniec pióra powinien być skierowany ku lewemu ramieniu,
- dłoń i palce, trzymając pióro, powinny znajdować się poniżej liniatury zeszytu, gdyż wówczas nie zasłaniają zapisywanego tekstu i nie zamazują go.

8. Kontrola i regulowanie napięcia mięśniowego.

- leworęczności często towarzyszy zbyt silne lub zbyt słabe napięcie mięśniowe ręki. Zbyt słabe napięcie mięśniowe i słaby nacisk na ołówek powoduje, że rysunki i pismo są mało czytelne. Linie rysunku są niepewne, drżące, cienkie. Natomiast nadmierne napięcie mięśniowe może wyrażać się w całej sylwetce dziecka, które jest przygarbione, przywarte do ławki. Może też objawiać się kurczowym trzymaniem pióra w palcach albo w całej dłoni, zbyt silnym naciskiem na ołówek/pióro, co powoduje łamanie grafitu czy wyginanie stalówki. Wzmoczone napięcie mięśniowe może

prowadzić do bolesności nadgarstka i całej ręki.

- należy dbać o to, aby dziecko potrafiło uświadomić sobie własne napięcie mięśniowe i umiało świadomie je kontrolować i regulować.

9. Koordinacja ruchów obu rąk.

- należy nauczyć dziecko współdziałania obu rąk w procesie pisania. Lewą ręką dziecko pisze, prawa (pomocnicza ręka) przytrzymuje zeszyt, aby nie poruszał się podczas pisania, jej zadaniem jest też przesuwanie zeszytu ku górze, w miarę jak dziecko pisze w kolejnych linijkach.

B. Ćwiczenia usprawniające technikę pisania

Jedną z najważniejszych dziedzin, w której należy udzielić pomocy dziecku leworęcznemu jest przygotowanie go do nauki pisania poprzez różnego rodzaju ćwiczenia stymulujące – korekcyjne.

Przygotowanie do pisania zaczyna się już w wieku przedszkolnym i stanowi część programu dydaktycznego klas „0”. Powinno ono być kontynuowane na terenie szkół, szczególnie w odniesieniu do dzieci niedostatecznie przygotowanych do pisania lub wykazujących opóźnienia czy dysharmonie rozwojowe. Zajęć takich wymagają szczególnie te dzieci, które będąc leworęcznymi mają jednocześnie obniżoną sprawność manualną i/lub deficyty funkcji percepcyjnych. Wiele z tych dzieci to dzieci z grupy ryzyka dysleksji.

1. Zajęcia usprawniające motorykę rąk i rozwijające koordynację wzrokowo – ruchową:

- usamodzielnianie dziecka w czynnościach samoobsługowych i codziennych, takich jak: samodzielne jedzenie, mycie, ubieranie, sprzątanie itp.,
- zabawy ruchowe z użyciem piłek, woreczków, szarf - (rzucanie, łapanie, toczenie, kozłowanie),
- zabawy manipulacyjne (lepienie z plasteliny i z gliny, nawlekanie koralików, przyszywanie guzików, przewlekanki, szycie i haftowanie, wycinanie, wyrywanki),
- zabawy konstrukcyjne (klocki „Lego”, mały architekt, budowanie z drewnianych klocków itd.),
- zabawy dydaktyczne (układanie mozaiki z kołeczków, z świeczek wkładanych w perforowane płytki, puzzle, układanki obrazkowe, geometryczne, gry takie jak: bierki, pchełki, skaczące czapeczki),
- zajęcia plastyczne (rysowanie, malowanie za pomocą różnych narzędzi, kolorowanie obrazków, kalkowanie, wydzieranie, wycinanie).

Wśród zajęć przygotowujących do pisania szczególną pozycję zajmują ćwiczenia grafomotoryczne (graficzne) kształcące zarówno motorykę, percepcję wzrokową, jak i koordynację wzrokowo – ruchową. Mogą być wykonywane przy użyciu różnych narzędzi: kredy, kredek woskowych, węgla rysunkowego, pędzla, ołówka, długopisu, pióra, pisaków różnej grubości.

Do zajęć graficznych należą m.in.:

- malowanie palcami, patykami, pędzlem prostych wzorów w formie szlaczków, kół, ślimaków, kłębuszków,

- kreślenie linii poziomych, pionowych, owali i kół zgodnie z kierunkiem pisma (tzn. linie poziome – od strony lewej ku prawej, pionowe – z góry w dół, koła i owale – w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara – podobnie jak piszemy literę „c”) - służą wytwarzaniu nawyków ruchowych związanych z prawidłowym kierunkiem pisania,
- obrysowywanie gotowych szablonów z plastiku lub drewna w kształcie figur geometrycznych i kolorowanie ich,
- kolorowanie obrazków o zaznaczonych konturach,
- rysowanie szlaczków wg wzoru,
- kopiowanie przez kalkę techniczną dużych konturów i kształtów literopodobnych (linie faliste, koliste, łamane), kopiowanie liter,
- pisanie pojedynczych elementów graficznych i literopodobnych.

Dzieciom o szczególnie niskiej sprawności rąk oraz mającym trudności z prawidłowym trzymaniem w ręku ołówka/długopisu można zaproponować przejściowo wykonywanie ćwiczeń graficznych przy użyciu specjalnej nasadki na ołówek/długopis. Sposób wykonania nasadki, wzory do ćwiczeń graficznych oraz informacje o sposobie ich prowadzenia znaleźć można w zeszytach opracowanych przez prof. Martę Bogdanowicz zatytułowanych „Ćwiczenia Hany Tymichowej usprawniające technikę rysowania i pisania” (wydawnictwo „Topos”, Gdańsk 1991) oraz w publikacji tejże autorki „Leworęczność u dzieci” (Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1992).

2. Ćwiczenia relaksacyjne – powinny być wykonywane w okresach przerw w ćwiczeniach graficznych (zaciskanie pięści i rozwieranie dłoni na przemian wraz z uświadomieniem sobie napięcia mięśniowego i rozluźnienia, zabawy ruchowe takie jak pryskanie wodą, otrząsanie się z wody).

3.. Ćwiczenia rozwijające orientację w schemacie ciała i w przestrzeni (wskazywanie przez dziecko prawej i lewej strony własnego ciała –ręka, noga, oko u dzieci 6 – letnich, w wieku 8 lat należy ćwiczyć dziecko we wskazywaniu prawej i lewej strony ciała osób stojących naprzeciwko dziecka, ponadto - utrwalanie znajomości określeń dotyczących stosunków przestrzennych: góra – dół, na prawo – na lewo, w środku – na zewnątrz, pod – nad, za – przed itd.)

W pracy z dzieckiem leworęcznym przydatne są wszelkie ćwiczenia usprawniające motorykę ręki oraz ćwiczenia graficzne kształcące koordynację wzrokowo – ruchową, których opis można znaleźć w różnych publikacjach. Gotowe pomoce do ćwiczeń graficznych bywają obecnie dostępne w „dobrych” księgarniach.

Bardzo dobrą propozycję do ćwiczeń wszechstronnie kształtujących motorykę, lateralizację, orientację przestrzenną, koordynację wzrokowo – ruchową i integrację sensomotoryczną stanowi „Metoda dobrego startu” opracowana przez M. Bogdanowicz.